

Corporate Fitness

Betriebliche Gesundheitsförderung ist heute Bestandteil jeder zukunfts- und leistungsorientierten Unternehmensstrategie. Gesundheits-Initiativen am Arbeitsplatz reduzieren die Ausfallkosten und sichern nachhaltig die Leistungsfähigkeit der Mitarbeiter und damit vom Unternehmen. Unternehmen, die in die Gesundheitsförderung investieren und dabei professionell vorgehen, profitieren in mehrfacher Hinsicht.

Vorteile für das Unternehmen:

- Reduktion der Ausfallstunden und der entsprechenden Kosten
- Zufriedene Kunden und Mitarbeitende
- Erhöhte Leistungsfähigkeit
- Verbesserte Wettbewerbsfähigkeit
- Verbesserung der Arbeitsbedingungen und des Wohlbefindens am Arbeitsplatz
- Positives Firmenimage

Vorteile für die Arbeitnehmer/innen:

- Verbesserung des Gesundheitszustandes und des Wohlbefindens
- Erhalt und Förderung der Leistungsfähigkeit
- Verbesserung des Arbeitsklimas durch soziale Kontakte, Stressabbau und Entspannung
- Optimierung der Belastungstoleranz
- Kompetenzen zur selbständigen Gesundheitsförderung
- Sensibilisierung für Bewegung, Ernährung und Gesundheit

Unsere Dienstleistungen - Ihr Nutzen

- Erstellung eines massgeschneiderten Gesundheitsförderungs-Konzeptes für Unternehmen jeder Grösse
- Beratung zu Bewegung, Ernährung und Gesundheit im Alltag und am Arbeitsplatz
- Planung und Betreuung firmeneigener Sportangebote und Fitnessräumen, Personal Training
- Standortbestimmung mit individueller Trainings-/Bewegungsempfehlung
- Workshops, Seminare und Gesundheitstage wie z.B.:
- Aktive Mittagspause mit Kräftigungs-, Dehn- und Entspannungsübungen
- Bewegung, Entspannung und Ernährung im Arbeitsalltag

Gerne beraten wir Sie und zeigen Ihnen Möglichkeiten und Wege auf für ein professionelles, nachhaltiges und auf Ihre Bedürfnisse abgestimmtes Gesundheitsmanagement. Kontaktieren Sie uns, damit wir in einem persönlichen Gespräch die Bedürfnisse ermitteln und Ihre Fragen beantworten können.